

Melissa / Melis.

(Zitronenmelisse, *Melissa officinalis* L.)



Pflanze:

Die Zitronenmelisse ist eine Pflanze aus der Familie der Lippenblütler und stammt ursprünglich aus dem südöstlichen Mittelmeerraum und Westasien. Wild ist sie bis in den Iran und Pakistan zu finden. Heute ist sie weltweit als Kulturpflanze verbreitet und gedeiht gut auf warmen, nährstoffreichen und trockenen Böden. Die Zitronenmelisse ist eine ausdauernde Pflanze, die bis zu 30 Jahre alt werden kann. Auffallend ist der zitronige Duft, den die Blätter hinterlassen, wenn man leicht an ihnen reibt. Er rührt vom ätherischen Öl her, das zwar nur in sehr geringer Menge vorhanden ist, aber intensiv riecht.

Name und übliche Potenz

der pharmazeutischen Zubereitung:

Melissa spag. Zimpel Ø

Verwendete Pflanzenteile:

In der Regel die frischen Blätter und jungen Sprosse vor der Blütezeit.

Wirkaspekte:

phytotherapeutisch, aromatherapeutisch

Eigenschaften:

- entspannend
- psychovegetativ harmonisierend
- krampflösend
- verdauungsregulierend
- hormonell regulierend
- schmerzlindernd
- entzündungswidrig
- antiviral

Indikationen:

- psychosomatische Reaktionen aller Art
- Schlafstörungen
- nervöse Kopfschmerzen
- nervöse Herzbeschwerden
- nervöse Verdauungsbeschwerden
- Verkrampfungen (Magen, Darm, Unterleib)

- hormonelle Dysfunktionen bei Frauen (Pubertät, Wechseljahre)
- Unruhe, Nervosität
- Ängste
- mangelnde Stressresistenz
- Herpes simplex (Lippen, Genitalorgane)

Wirkprofil im körperlichen Bereich:

In der Pflanzen-Spagyrik gehört Melissa zu den wichtigsten spagyrischen Pflanzenessenzen bei psychosomatischen Störungen und körperlichen Beschwerden infolge einer starken Stressbelastung. Das Mittel entkrampft sowohl körperlich wie seelisch-geistig. Durch seine ausgleichende Grundwirkung verschafft es wieder Harmonie zwischen Körper und Psyche. Melissa hilft vor allem, wenn sich die Organe des Verdauungstraktes auf psychische Reize empfindlich zeigen, vor allem mit Schmerzen und Verkrampfungen. So wird die Essenz gerne eingesetzt bei Leibkrämpfen, Blähungskoliken und unbestimmten Spannungsgefühlen im Bauchraum. Dies gilt auch für den Unterleib, weshalb das Mittel zur Begleitbehandlung von schmerzhaften Periodenbeschwerden geeignet ist. Melissa harmonisiert ein hormonelles Ungleichgewicht bei Frauen und ist hilfreich bei Schwangerschaftsübelkeit und Regulationsstörungen in der Pubertät und in den Wechseljahren. Wenn bei Mädchen die erste Periode lange auf sich warten lässt und die Blutung über längere Zeit spärlich und kurz ist, verhilft Melissa in einen normalen Zyklus zu gelangen.

Ein weiterer Organbereich, der eine erhöhte psychosomatische Empfindlichkeit aufweist, ist das Herzkreislaufsystem. Hier wirkt Melissa beruhigend bei nervösen Herzbeschwerden verschiedenster Art und stressbedingten Kreislaufstörungen, z.B. Blutdruckspitzen. Der entspannende Effekt macht sich zudem bei Schwindel und Kopfschmerzen bemerkbar sowie bei nächtlicher Unruhe mit Schlafstörungen. Melissa hat zudem eine entzündungshemmende Wirkung bei Infektionen mit dem Herpesvirus im äusseren Mundbereich und an den Genitalien.

Transformationsziele:

- Bei psychischen Belastungen ruhig und unverkrampft reagieren können.
- Die vegetativen Organfunktionen stabil und widerstandsfähig halten.
- Infektionen mit dem Herpesvirus rasch und folgenlos ausheilen.

Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:

Die Essenz Melissa passt vor allem für feinfühlig und sensible Menschen, die einen grossen Hang zu Harmonie und Ausgleich in sich tragen. Diese hohe Sensibilität macht sie sehr empfindlich für äussere Einflüsse und emotionale Erregungen. Sie reagieren dann mit Ängstlichkeit, werden hypochondrisch und können sich letztlich in Pessimismus und Hoffnungslosigkeit verlieren. Melissa hilft ihnen, ihre hohe Empfindlichkeit in positivem Sinne zu leben. Dabei zeigen diese Menschen ein waches und interessiertes Wesen mit vielen Ideen und Plänen. Allerdings fehlt es an der nötigen Energie, diese Dinge auch in die Realität umzusetzen. Das führt schnell zu einer geistigen Erschöpfung mit all ihren Folgen wie beispielsweise Gedächtnisschwäche oder Konzentrationsstörungen.

Die deutliche Diskrepanz zwischen Wunsch und Wirklichkeit macht innerlich angespannt und verkrampft. Allerdings ist man stets bestrebt, diese Anspannung nicht nach aussen zu zeigen, weil man dadurch die Harmonie im zwischenmenschlichen und sozialen Umfeld gefährdet sieht.

Transformationsziele:

- Seine Wünsche und Bedürfnisse erkennen und leben können.
- Die Sensibilität der Realität anpassen und störende Eindrücke realistisch einordnen.
- Persönliche Ziele und Ideen konsequent aber unverkrampft verfolgen und umsetzen können.